

**Содержание**

1. **Целевой раздел**
2. Концепция Программы
3. Анализ исходного состояния
4. Ожидаемые результаты
5. Цель и задачи Программы
6. Мониторинг достижений ожидаемых результатов
7. **Содержательный раздел**
8. Описание форм взаимодействия участников программы
9. План реализации программы
10. **Организационный раздел**
11. Педагогические кадры, осуществляющие реализацию программы
12. Учебно-методический комплект
13. Краткая характеристика помещений и территории МБДОУ

**Целевой раздел**

**Концепция программы**

 *«Здоровье – это драгоценность,*

*и, при том, единственная,*

*ради которой стоит не жалеть*

*времени, сил, трудов и великих благ»*

Мишель де Монтень

 Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стали занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку состояние здоровья подрастающего поколения – важный показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и прогноз на будущее. Согласно исследованиям специалистов 75% болезней взрослых заложены в детстве. За последние 5 лет ухудшилось состояние здоровья детей первых 7 лет жизни. Причинами резкого снижения здоровья детей дошкольного возраста являются:

* падения уровня жизни населения;
* ухудшение состояния здоровья матери;
* формальный подход к работе по сохранению здоровья детей в образовательных учреждениях (нерациональная организация учебного процесса, несоответствие используемых методов и методик обучения и низкая эффективность физкультурно-оздоровительной работы);
* частичное разрушение служб врачебного контроля в образовательных учреждениях;
* массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
* экологическая ситуация.

 В условиях вариативности дошкольного образования расширился круг программ обучения и воспитания детей, интересных, ярких и привлекательных методик. Все это можно, безусловно, отнести к числу достижений. Но вместе с тем, акцент на интеллектуальное развитие детей нередко делается без надлежащего учета их физического, эмоционального состояния, что неизменно приводит к чрезмерной нагрузке на организм ребенка, а вместе с ней образует зоны риска для их гармоничного развития, создает “задел” для нарушения здоровья.

 Не случайно вопросу охраны и укрепления здоровья детей придают большое значение Правительство Российской Федерации, Министерство образования России, о чем свидетельствуют следующие документы: “Конвенция о правах ребенка” (ст. 24, п. 1, 2), Федеральный Закон № 124 от 24.06.1998г. “Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации” (ст. 4; ст. 9, пункт 1, 2; ст. 10), Закон Российской Федерации “Об Образовании” (ст. 51, пункт 1).

 По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН, за последние 5 лет количество детей с хронической патологией увеличилось в 2 раза (с 11,8 до 21,3-26,9%), а детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось в 3 раза (до 5-6%).

Забота о здоровье ребенка на современном этапе является основной функцией дошкольного учреждения. Как отмечают педагоги-ученые, занимающиеся этой проблемой, здоровьесберегающий и здоровьеформирующий подход должен стать инфраструктурой жизни каждого образовательного учреждения и семьи. Только непрерывная, систематическая работа по формированию «культуры здоровья» может обеспечить сохранение и восстановление здоровья детей, вызвать интерес к той области знаний, которая связана со здоровьем, изменить отношение к здоровьесберегающей и здоровьеформирующей деятельности у самих педагогов

 Наша программа «Здоровый «Колобок» разработана в силу особой актуальной проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов формирования основ здорового образа жизни подрастающего поколения детей в дошкольной организации.

 При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

* **Принцип здоровьесбережения** – предполагает построение педагогического процесса в детском саду с учетом состояния здоровья воспитанников, включение в систему работы здоровьеформирующих технологий, способствующих укреплению здоровья детей, приобщения их к основам здорового образа жизни;
* **принцип научности** – предполагает подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;
* **принцип активности и сознательности** - предполагает участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей;
* **принцип комплексности и интегративности** – предполагает решение задач программы в системе взаимодействия всех участников образовательного процесса в различных видах деятельности, преемственность работы по данной теме МБДОУ с социумом;
* **принцип систематичности и последовательности** при реализации всех мероприятий;
* **принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания** предполагает успех каждого ребенка в зависимости от его стартовых возможностей;

**Анализ исходного состояния**

 Процесс воспитательно-образовательной деятельности в детском саду строится на основе "Основной общеобразовательной программы ДОУ", построенной на основе примерной основной общеобразовательной программы дошкольного воспитания «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой) по следующим направлениям развития: социально-коммуникативное развитие;.познавательное развитие;речевое развитие;художественно-эстетическое;физическое развитие и реализуется в различных формах организации педагогического процесса. Осуществляя физкультурно-оздоровительное направление, используем методические пособия: Л. И. Пензулаевой, К. К. Утробина «Занимательная физкультура для дошкольников» (2003), Н. М. Соломенникова «Организация спортивного досуга дошкольников 4 – 7 лет» (2011), М. Щетинин «Дыхательная гимнастика КА. Н. Стрельниковой» (2008),М. Ф. Литвинова «физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни» (2005), О. Б. Казина «Весёлая физкультура для детей и их родителей» (2005), И.М.Воротилкина «Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении» (2004), опыт коллег других детских садов через сеть интернет.

 Наше учреждение расположено в экологически чистой зоне: отсутствие промышленных предприятий, сосновый бор (700 м от д/с), парк «Летний сад» (500 м), парк «Юбилейный»

(200 м), три водоема в шаговой доступности.

 Территория МБДОУ имеет эстетический вид. На протяжении многих лет уделялось большое внимание озеленению: мы сажали хвойные и лиственные деревья, кустарники, разбивали цветочные клумбы. На прогулочных площадках есть павильоны и нестандартное игровое оборудование. Здание детского сада деревянное с высокими потолками, высоким фундаментом, что способствует хорошему воздухообмену. Состояние помещений детского сада соответствует гигиеническим требованиям. Собственная газовая отопительная система позволяет сохранять комфортный температурный режим в течение всего года. Круглосуточный режим работы детского сада дает возможность проводить оздоровительные мероприятия в утреннее и вечернее время.

 На протяжении многих лет детей с первой группой здоровья нет.

|  |  |
| --- | --- |
| **Год**  | **Группа здоровья** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **Инвалиды**  |
| **2017** | **-** | **92,8%** | **7,1%** | **-** | **-** |
| **2018** | **-** | **83,3%** | **16,1%** | **3,2%** | **3,2%** |
| **2019** | **-** | **81,2%** | **9,3%** | **9,4%** | **9,3%** |

 Кроме того, собеседование с родителями вновь поступающих детей показало, что уровень знаний и умений большинства из них в области воспитания здорового образа жизни невысок, а интерес к данной проблеме возникает лишь тогда, когда их ребенку уже требуется медицинская или психологическая помощь. Это обусловлено тем, что основная масса родителей не понимает самой сущности «здоровья», рассматривая его только как отсутствие заболеваний, а средства оздоровления детского организма видит лишь в лечебных и закаливающих мероприятиях, совершенно не учитывая всех составляющих здоровья – физического, психического, социального.

 В детском саду создано здоровьесберегающее пространство (безопасная комфортная среда с учетом возрастных особенностей ребенка: детская мебель, подобранная в едином цветовом решении, центры релаксации, уголки уединения и т. д.), которое оказывает неоценимую помощь в комплексной работе по физическому развитию, оздоровлению и закаливанию, эмоциональному благополучию ребенка. Проводятся закаливающие мероприятия (босохождение, массаж стоп с использованием массажных ковриков, дыхательная гимнастика, с элементами гимнастики по методу Стрельниковой, обширное умывание, обливание ног), походы во все времена года, лыжные прогулки в сосновый бор, используется инновационная технология – степ-аэробика.

 В МБДОУ реализуются проекты оздоровительной и познавательной направленности («Познай себя», «Огород на подоконнике» и др.) с активным участием детей, родителей, педагогов, социальных партнёров; проходят тематические недели по ознакомлению воспитанников с ЗОЖ, совместные Дни здоровья. Для родителей, согласно плана, оформляются информационные стенды («Здоровье начинается со стопы», «Дышим правильно» и т. д.), проводятся консультации («О вкусной и здоровой пище»), собрания («Дом, в котором все окна распахнуты в детство»), совместные праздники («Здоровая семья»), встречи с врачами ЦРБ, используется ИКТ (презентации), творческие выставки («Выходной, выходной отдыхаем всей семьей» и т. д.), используется сайт и страничка в ВК для информационного просвещения родителей, издаются буклеты. Успешно работает клуб «Неболейка» (просветительская и практическая работа по оздоровлению всех участников образовательного процесса «Дети курят вместе с нами», «Правильное дыхание» и др.). Для полноценного развития физического здоровья детей, реализации потребности в движении в МБДОУ созданы следующие условия:

* спортивный зал (мягкие модули, батут, степ-платформы, массажные коврики, туннель, гантели, гимнастические скамейки, мячи, обручи, скакалки, ленты, флажки и др.);
* центры движения в группах (дартс, мешочки разного веса, кегли, мячи, оборудование для проведения закаливания, диск здоровья и др.)
* центр здоровья (дидактические игры, картинки, плакаты, атрибутика по теме, ароматические саше и др.)

Немаловажное значение отводится физкультурным мероприятиям: занятиям, досугам, праздникам, играм, которые проводятся как в спортивном зале учреждения, так и на свежем воздухе.

 Всё это способствует полноценному физическому развитию детей, формированию грамотности в вопросах здоровья.

Работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, осуществляется во взаимодействии всех участников образовательного процесса:



 Однако, по результатам анкетирования *(приложение №1)* родителей, мы выяснили, что многие рекомендации, советы не находят практического применения (родители с детьми не посещают бассейн, спортивные секции, редко бывают на природе).

 Из бесед с сотрудниками детского сада выяснилось, что не один работник не посещает спортивно-оздоровительный комплекс, мало внимания уделяют оздоровлению в семье.

 Известно всем: ребенок здоров тогда, когда здоровы его родители, когда в детском саду здоровы все сотрудники.

 Педагогический коллектив встал на путь поиска инновационных методик, технологий, форм и методов в работе по формированию здорового образа жизни детей, родителей, сотрудников.

 Изучив методическую литературу по данной теме, опыт коллег других детских садов в сети интернет, неоднократно обсуждая этот вопрос на педагогических советах, родительских собраниях, на встречах с педагогами спортивных школ мы пришли к единому мнению - о необходимости создания комплексной программы по формированию здорового образа жизни **«Здоровый «Колобок»**, где 100% участников программы применяют здоровьесберегающие и здоровьеформирующие технологии.

Девиз нашей программы: «Начни с себя» - своим личным примером показать пользу и значимость здорового образа жизни.

**Ожидаемые результаты**

1. Работа по формированию привычки к здоровому образу жизни всех участников образовательного процесса носит системный характер
2. Эффективно используется предметно-развивающая среда групп, спортивного зала, вспомогательных помещений, территории детского сада, ближайшего окружения для оздоровления всех участников образовательного процесса;
3. У детей сформированы представления о здоровом образе жизни;
4. Сотрудники, родители и дети ведут активный образ жизни: посещают спортивно-оздоровительный комплекс (плавание, аэробика, тренажерный зал), каток, совершают лыжные прогулки и т. д.;
5. Снизилась заболеваемость воспитанников и сотрудников;
6. Создана система комплексного мониторинга и контроля состояния здоровья ребенка.

**Цель:** Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении и укреплении здоровья у всех участников образовательного процесса.

**Задачи:**

1. Создать условия для пропаганды ЗОЖ среди сотрудников детского сада и родителей;
2. Разработать перспективный план оздоровительных мероприятий для всех;
3. Разработать систему мониторинга состояния здоровья ребенка.

**Мониторинг достижений ожидаемых результатов**

В стадии разработки.

**Организационный раздел**

**План реализации программы**

|  |
| --- |
| 1. **Создание условий для вовлечения сотрудников детского сада и родителей к формированию привычки здорового образа жизни**
 |
| Сроки  | Мероприятие | Ответственный |
| **Сентябрь** | 1. Анкетирование родителей и сотрудников по теме физкультура и оздоровление
 | Инструктор по физической культуре, медсестра |
| 1. Общее собрание *«Здоровый «Колобок»* (знакомство родителей и сотрудников МОБУ с программой «Здоровый «Колобок»)
 | Заведующий, авторы программы |
| 1. Информационный стенд ««Режим дня в семье»
 | Кудрявцева Е.С. |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МБДОУ в 14. 45 ежедневно) «Гимнастика по Брегу»
 | Луговая Ю. А. |
| 1. Совместный поход (дети, родители, сотрудники) в лесной массив Горушка: «Кто казал, что осень, грустная пора?»
 | Педагоги, родители |
| **Октябрь** | 1. Встреча родителей и сотрудников с начмедом ЦРБ Красильниковым А. В.
 | Заведующий, медсестра  |
| 1. Информационный стенд

«Утренняя гимнастика дома» | Бобкова М. С. |
| 1. Мастер-класс «Нетрадиционные формы оздоровления дошкольника» (с участием детей)
 | Медсестра, инструктор по физической культуре, родители |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Гимнастика по Брегу»
 | Луговая Ю. А. |
| **Ноябрь** | 1. Клуб «Неболейка»: «Знакомство с гимнастикой по методу Стрельниковой»
 | Медсестра |
| 1. Выпуск буклета «Зима для здоровья»
 | Бобкова М.С. |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Гимнастика по Брегу»
 | Луговая Ю. А. |
| 1. Приглашение родителей на утреннюю гимнастику: разучивание комплекса «Зарядка вдвоем»
 | Инструктор по физической культуре |
| **Декабрь** | 1. Фотовыставка «На зарядку становись»
 | Педагоги, родители |
| 1. Встреча родителей и сотрудников с инструктором спорткомплекса по аэробике Кругловой О.Ю.
 | Заведующий  |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Релаксация»
 | Луговая Ю. А.   |
| 1. Посещение спортивного комплекса (занятия по аэробике)
 | Заведующий, Блинцова Т.А. |
| 1. Информационный стенд «На лыжню всей семьей»
 | Кудрявцева Е. С. |
| **Январь** | 1. Совместный спортивный праздник на воздухе «Зимние забавы»
 | Инструктор по физической культуре, все педагоги |
| 1. Оформление фотовыставки спортивного праздника «Зимние забавы»
 | Тихомирова Е.К. |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Релаксация»
 | Луговая Ю. А.  |
| 1. Информационный стенд «Катание на лыжах – польза во всех отношениях»
 | Луговая Ю. А. |
| **Февраль** | 1. Анкетирование родителей «Как мы отдыхаем семьей»
 | Бобкова М. С., родители |
| 1. Фотовыставка «Мы и лыжи»
 | Кудрявцева Е. С. |
| 1. Совместный (дети, родители, педагоги) лыжный поход.
 | Инструктор по физической культуре, заведующий, педагоги, родители |
| 1. Посещение занятий по аэробике в спорткомплексе
 |  |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Релаксация»
 | Луговая Ю. А.  |
| **Март** | 1. Посещение занятий по аэробике в спорткомплексе
 |  |
| 1. Встреча с директором ДЮСШ №2 (спорт-комплекс) Шаховой Н. А.
 | Заведующий  |
| 1. Посещение тренировки по плаванию у Шаховой Н. А. (дети, родители)
 | Заведующий, Шахова Н. А. |
| 1. Оформление информационного стенда «О пользе плавания в закаливании детского организма»
 | Луговая Ю. А. |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Степ - аэробика»
 | Луговая Ю. А.   |
| **Апрель** | 1. Посещение занятий по аэробике, плаванию в спорткомплексе
 |  |
| 1. Фотовыставка «Плаваем вместе»
 | Педагоги, родители |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Степ - аэробика»
 | Луговая Ю. А. |
| 1. Приглашение родителей на утреннюю гимнастику: разучивание комплекса «Зверобика»
 | Инструктор по физической культуре  |
| 1. Родительская конференция «Начни с себя»
 | Все участники педагогического процесса |
| **Май** | 1. Посещение занятий по аэробике, плаванию в спорткомплексе
 |  |
| 1. Минутка для здоровья (для сотрудников МОБУ в 14. 45) «Степ - аэробика»
 | Луговая Ю.А. |
| 1. Совместный праздник «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить»
 | Луговая Ю. А. |
| 1. Информационый стенд «Здоровые дети – в здоровой семье»
 | Кудрявцева Е.С. |
| 1. Мониторинг реализации программы
 | Луговая Ю.А.,Кудрявцева Е.С. |
| **Июнь** | 1. Посещение занятий по плаванию в спорткомплексе
 |  |
| 1. Информационный стенд «Лето красное – для здоровья время прекрасное»
 | Кудрявцева Е. С.  |
| 1. Совместный праздник «День защиты детей»
 | Луговая Ю. А., Бобкова М. С., Тихомирова Е.К. |
| **Июль** | 1. Информационный стенд «О летнем отдыхе детей»
 | Тихомирова Е.К. |
| 1. Совместный (дети, родители, педагоги) поход в природу
 | Луговая Ю.А., Кудрявцева Е. С. |
| **Август** | 1. Информационный стенд «В каких продуктах живут витамины»
 |  |
| 1. **Методическая работа с педагогами**
 |
| **Согласно годового плана** | 1. **Тестирование** «Здоровьесберегающие аспекты дошкольного образования»
 | Заведующий  |
| 1. **Обмен опытом** «Использование предметно-пространственной среды для двигательной активности воспитанников как основы формирования привычки к здоровому образу жизни»
 | Все педагоги |
| 1. **Педсовет** «Педагогика оздоровления как возможность сохранения здоровья ребенка» (поиск путей оптимизации создания условий для совершенствования физкультурно-оздоровительной работы в детском саду)
 | Заведующий |
| 1. **Консультации**
* «Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья»
* «Предметно-пространственная среда для здоровья»
 | Все педагоги |
| 1. **Семинар-практикум**
* «Театр для здоровья»
 | Все педагоги |
| 1. **План мероприятий по развитию интереса к здоровому образу жизни воспитанников детского сада**
 |
| **Сентябрь** | 1. Мониторинг знаний детей старшего дошкольного возраста по методике В. А. Деркунской
2. Совместный (дети, родители, педагоги) **поход** в лесной массив Горушка: «Кто сказал, что осень, грустная пора?»
3. **Утренняя гимнастика:**

 дети 4 – 7 лет * «Зарядка вдвоем»,
* Комплекс № (см. Л. И. Пензулаеву)

 дети 2 – 3 лет* Комплекс № 1 (Г. А. Прохорова)
1. **Образовательная деятельность**
* «Что на свете всего дороже» (дети 4 – 7 лет)
* «Я – человек» (дети 2 – 3 лет)
1. **Конкурс рисунков** «Как мы в поход ходили»
2. **Пальчиковая гимнастика**
* «Осень»
* «Капуста»
 | Педагоги |
| 1. **Дыхательные упражнения**
* «Ветерок»
1. «Пузырики»
2. **Гимнастика для стоп**
* «В лесу»
* тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 1 «Веселый котенок»
* Комплекс №2 «Прогулка по морю»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Догони мяч!»,
* «Доползи до погремушки»

Дети 4 – 7 лет* «Самолеты»
* «Ловишки»
* «Зайцы и волк»
* «Попади в обруч»
1. **Спортивные упражнения**

Катание на велосипеде, самокате (дети 4 – 7 лет) 1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
| **Октябрь** | 1. **Утренняя гимнастика:**

 дети 4 – 7 лет * Комплекс №5, 6 (Л. И. Пензулаева, ср. гр.)

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 2 (Г. А. Прохорова)

 1. **ОД**
* «Части тела человека» (дети 4 – 7 лет)
* «Кто я?» (дети 2 – 3 лет)

 1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 1 «Веселый котенок»
* Комплекс №2 «Прогулка по морю»
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Осенние листья»,
* «Части тела»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Насосик»
* «Говорилка»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Медведь»
* «Зайка»
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 3 «Прогулка в лес»
* Комплекс №4 «Дождик»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «По тропинке зайка шёл»
* «Прокати мяч»

Дети 4 – 7 лет* «У медведя во бору»
* «Найди, где спрятано»
* «Эстафета парами»
1. **Спортивные упражнения**

Элементы футбола (дети 4 – 7 лет)1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
| **Ноябрь** | 1. **Утренняя гимнастика:**

 дети 2 – 3 лет* Комплекс № 3 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 9, 10 (Л. И. Пензулаева, ср. гр.)
1. **ОД**
* «Кожа, её строение и значение, гигиена кожи» (дети 4 – 7 лет)
* «Мои ручки» (дети 2 – 3 лет)
1. **Театр здоровья:**
* Постановка «Мойдодыр»
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Новогодний праздник»
* «Игрушки»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Мышка и мишка»
* «Сердитый ёжик»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Зоопарк»
* Тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 5 «Прогулка»
* Комплекс №6 «Неболейка»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Догоните меня»
* «Мой весёлый звонкий мяч»

Дети 4 – 7 лет* «Хитрая лиса»
* «Сбей кеглю»
* «Кто быстрее?»
1. **Спортивные упражнения**

Скольжение по ледяным дорожкам1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
| **Декабрь** | 1. **Утренняя гимнастика:**

 дети 2 – 3 лет* Комплекс № 4 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 13, 15 (Л. И. Пензулаева)
1. **ОД**
* «Как возникают болезни» (дети 4 – 7 лет)
* «Как ухаживать за руками» (дети 2 – 3 лет)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Снежок»
* «Сколько птиц в кормушке нашей»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Конькобежец»
* «Снежный ком»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Собака»
* Тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 7 «Поездка»
* Комплекс № 8 «Я на солнышке»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Пузырь»
* «Где звенит?»

Дети 4 – 7 лет* «Кто сделает меньше прыжков»
* «Бездомный заяц»
* «Найди и промолчи»
1. **Спортивные упражнения, досуги, развлечения**
* Катание по ледяным дорожкам
* Катание на санках
* Ходьба на лыжах
1. **Физкультурные занятия**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
| **Январь** | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 5 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 18 (Л. И. Пензулаева)
1. **ОД**
* «Полезные и вредные продукты» (дети 4 – 7 лет)
* «Мои ноги» (дети 2 – 3 лет)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Продукты питания»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Лыжник»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Медведь»
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 8
* «Самолет»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Воробышки и автомобиль»
* «Попади в воротца!»

Дети 4 – 7 лет* «Ловишки с ленточкой»
* «Пожарные на учении»
* «Дорожка препятствий»
1. **Спортивные упражнения, досуги. развлечения**
* Катание по ледяным дорожкам
* катание на санках
* ходьба на лыжах
1. **Физкультурные занятия**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
| **Февраль** | 1. **Утренняя гимнастика:**

 дети 2 – 3 лет* Комплекс № 6 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 23, 24 (Л. И. Пензулаева)
1. **ОД**
* «Режим дня» (дети 4 – 7 лет)
* «Как беречь ноги» (дети 2 – 3 лет)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Капитан»
* «Одежда»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Самолет»
* «Снеговик веселится»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Зверята»
* Тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 9 «Два брата через дорогу живут…»
* Комплекс №10 «Жук»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Снежинки кружатся»
* «Зайка беленький»

Дети 4 – 7 лет* «Два мороза»
* «Волк во рву»,
* «Гори, гори ясно»
1. **Спортивные упражнения, досуги, развлечения**
* Катание по ледяным дорожкам
* катание на санках
* ходьба на лыжах
1. **Физкультурные занятия**

 по плану инструктора по физической культуре |  |
|  **Март**  | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 7 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 26, 28 (Л. И. Пензулаева)
1. **ОД**
* «Спорт – это здоровье» (дети 4 – 7 лет)
* «Мои глаза» (дети 2 – 3 лет)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Мамин праздник»
* «Весна»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Часики»
* «Петух»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Елочка»
* комплекс №3
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 11 «Уголек»
* Комплекс № 12 «Шалтай-болтай»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Кошка и цыплята»
* «Найди свой домик»

Дети 4 – 7 лет* «Найди себе пару»,
* «Кто ушел?»
* «Серсо»
1. **Спортивные упражнения**
* Скольжение по ледяным дорожкам
1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
|  **Апрель**  | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 8 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 29, 32 (Л. И. Пензулаева)

 1. **ОД**
* «Сохрани здоровье сам» (дети 4 – 7 лет)
* «Как беречь глаза» (дети 2 – 3 лет)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Сидит белка на тележке»
* «Моя семья»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Подуем на плечо»
* «Трубач»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Наши ножки с утра»
* комплекс№2
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 13 «Веселые жуки»
* Комплекс № 2 «Прогулка по морю»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Попади в обруч»,
* «Лиса и цыплята»

Дети 4 – 7 лет* «Пустое место»
* «Веселые соревнования»
* «Кто самый меткий?»
1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
| **Май** | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 9 (Г. А. Прохорова)
1. дети 4 – 7 лет
* Комплекс № 33, 36 (Л. И. Пензулаева)
1. **ОД**
* «Обобщающий урок здоровья» (дети 4 – 7 лет)
* «Изучаем свое тело» (дети 2 – 3 лет)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Котята»
* «Был у зайки огород»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Кошка» (А. Н. Стрельникова)
* «Насос» (А. Н. Стрельникова)
1. **Гимнастика для стоп**
* «Два веселых гуся»
* комплекс №3
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 1 «Веселый котенок»
* Комплекс № 4 «Дождик»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Найди флажок»
* «Лохматый пес»

Дети 4 – 7 лет* «Совушка»
* «Ловля обезьян»
* «Прятки»
1. **Спортивные упражнения**
* Катание на самокате
* 2-х,3-х колесном велосипеде
* элементы футбола, бадминтона
1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
|  **Июнь**  | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 1,2 (Г. А. Прохорова)

 дети 4 – 7 лет * Комплекс № 37 - 40 (Л. И. Пензулаева)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Жил да был один налим»
* «Лето»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Цветы»
* «Гуси шипят»
1. **Гимнастика для стоп**
* «Петушок»
* Тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 1 «Я на солнышке лежу»
* Комплекс №2 «Прогулка по морю»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Через ручеек»
* «Пчелки»

Дети 4 – 7 лет* «Пастух и стадо»
* «Краски»
* «Чья команда забросит в корзину больше мячей?»
1. **Спортивные упражнения**
* Катание на самокате
* 2-х,3-х колесном велосипеде
* элементы футбола, бадминтона
1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
|  **Июль** | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 3,4 (Г. А. Прохорова)

 дети 4 – 7 лет * Комплекс № 41 - 44 (Л. И. Пензулаева)
1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Дом»
* «Радуга»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Ушки»
* «Обними плечи» (А. Н. Стрельникова)
1. **Гимнастика для стоп**
* Комплекс №4
* Тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 8 «Поездка»
* Комплекс № 9 «Самолет»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет«Солнечные зайчики», «Воронята»Дети 4 – 7 лет«Лягушки и цапля», «гуси – лебеди», «Мы весёлые ребята»1. **Спортивные упражнения**
* Катание на самокате
* 2-х,3-х колесном велосипеде
* элементы футбола, бадминтона
 |  |
| 1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |
|  **Август**  | 1. **Утренняя гимнастика:**

дети 2 – 3 лет* Комплекс № 5,6 (Г. А. Прохорова)

 дети 4 – 7 лет * Комплекс № 45 - 48(Л. И. Пензулаева)

 1. **Пальчиковая гимнастика**
* «Рыбки»
* «Пять утят»
1. **Дыхательные упражнения**
* «Ладошки»
* «Насос» (А. Н. Стрельникова)
1. **Гимнастика для стоп**
* Комплекс№5
* Тропа здоровья (по массажным дорожкам)
1. **Гимнастика пробуждения (после дневного сна)**
* Комплекс № 11 «Жук»
* Комплекс № 5 «Прогулка»
1. **Подвижные игры**

Дети 2 – 3 лет* «Попади в воротца»
* «Птички летают»

Дети 4 – 7 лет* «Караси и щука»
* «С кочки на кочку»
* «Попади в обруч»
* «Море волнуется»
1. **Спортивные упражнения**
* Катание на самокате
* 2-х,3-х колесном велосипеде
* элементы футбола, бадминтона
1. **Физкультурные занятия, досуги, развлечения**

 По плану инструктора по физической культуре |  |

**Организационный раздел**

**Педагогические кадры, осуществляющие реализацию программы**

МБДОУ укомплектовано кадрами 100%. Всего 7 педагогов из них 4 воспитателя, заведующий, музыкальный руководитель (внешний совместитель), инструктор по физической культуре (внутренний совместитель).

* **Краткая характеристика кадрового обеспечения образовательного процесса:**

**По уровню образования:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Высшее** | **Среднее специальное** | **Без специального образования** |
| 57,2%  | 28, 6% | 14,2% |

**Педагогический стаж работы:**

|  |  |
| --- | --- |
| **15 – 20 лет** | **Свыше 20 лет** |
|  10%  | 90%  |

**По квалификационным категориям:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Высшая кв. категория** | **Первая кв. категория** |
| 57,1%  | 42,9% |

**Материально – техническое обеспечение программы**

**Учебно-методический комплект**

* Основная общеобразовательная программа «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой (2019г.)
* К. К. Утробина «Занимательная физкультура для дошкольников» (2003)
* Н. М. Соломенникова «Организация спортивного досуга дошкольников 4 – 7 лет» (2011)
* М. Щетинин «Дыхательная гимнастика КА. Н. Стрельниковой» (2008)
* М. Ф. Литвинова «физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни» (2005)
* О. Б. Казина «Весёлая физкультура для детей и их родителей» (2005)
* И. М. Воротилкина «Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении» (2004)
* А. Я. Шахомирова, Л. Ю. Синфа «Будь здоров, малыш!»
* Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь»
* Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта». «Распорядок дня»
* Плакаты: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»

**Краткая характеристика помещений МБДОУ**

* Кабинет заведующего (12,1 м 2)
* Две раздевальные комнаты (17,6 м 2и 15,2 м 2)
* Две групповые комнаты (55,5 м 2и 44,5 м 2)
* Туалетные комнаты (10,5 м 2 и 15,2 м 2)
* Музыкально-физкультурный зал (27 м 2)
* Медицинский кабинет (8,2 м 2)
* Физиопроцедурный кабинет (5 м 2)
* Комната экспериментирования (4 м 2)
* Методический кабинет (7,1 м 2)
* Коридоры (6,8 м 2, 2,9 м 2, 6,3 м 2 и 14,2 м 2)
* Пищеблок (26,7 м 2)
* Кастелянная (2,6 м 2)
* Прачечная (4 м 2)

**На территории МБДОУ**

* Участки групп (264 м 2 и 208 м 2 ) с павильонами
* Цветники (100 м 2)
* Фруктовый сад (40 м 2)
* Хвойные (сосны и ели) посадки (60 м 2 )
* Котельная (30 м 2)